المستوى: الثالثة ابتدائي
النشـــاط: تربية مدنية
الموضوع: صحتي في غذائي
الهدف التعلمي: يتعرف المتعلم على أهمية الغذاء الصحي وضرورته لصحته .

المقطـــــع: 01
المذكرة رقم: 01
الحصـة رقم: 01

المراحل	الأنشطة التعليمية التعلمية	مؤشرات التقويم
وضعية الانطلاق	اذكر بعض الأغذية الصحية	يجيب
وضعية بناء التعلمات	- يطلب المعلم من التلاميذ فتح كتب التربية المدنية على الصفحة 11 . - يقرأ المعلم على التلاميذ الوضعية التالية تليها قراءات بعض المتعلمين: أَكَلَ رِضا أَثْناءَ الاسْتِراحَةِ قِطْعَةَ خُبْزٍ بِالْجُبْنِ وشُكولاطَةً وعُلْبَةً من رَقائِقِ الْبَطاطا وأَرْبَعَ حَبّاتِ حَلْوى وتُفّاحَةً، بِالْإِضافَةِ إلى قارورَةٍ صَغيرَةٍ من الْمَشْـروباتِ الْغازِيَّةِ. كُلُّ هَذا دونَ أَنْ يَغْسِلَ يَدَيْه. وعِنْدَما دَخَلَ الْقِسْمَ أَصابَهُ مَغَصٌ شَديدٌ وآلامٌ في بَطْنِهِ ونُقِلَ بَعْدَها إلى الْمُسْتَشْفى. لِماذا حَسْبَ رَأْيِك ؟ - يطرح المعلم بعض الأسئلة: • عَدِّدْ مَجْموعَةَ الْأَغْذِيَةِ الَّتي تَناوَلَها رِضا . • صَنِّفْها إلى : أَغْذِيَةٍ صِحِّيَّةٍ – أَغْذِيَةٍ غَيْرِ صِحِّيَّةٍ . • ماهُما الْقاعِدَتانِ الصِّحِّيَّتانِ اللَّتانِ لم يَلْتَزِمْ بِهِما رِضا ؟ - يطلب المعلم من التلاميذ ملاحظة الصور: 1 2 3 - يطرح المعلم الأسئلة: - ماذا تلاحظ في الصور 1 – 2 – 3؟ - كيف نسمي هذه الظاهرة؟ (التبذير) - كيف يمكن تجنبها ؟ **تعلمت:** يَحْتاجُ الإِنْسانُ إلى الْغِذاءِ كَيْ يَبْقى عَلَى قَيْدِ الْحَياةِ . وهُوَ ضَروري لِتَوْفيرِ الطّاقَةِ ومُقاوَمَةِ الْأَمْراضِ إذا رَشَّدَ اسْتِهْلاكَه .	يقرأ ويفهم يجيب يلاحظ ويجيب يستخلص
وضعية استثمار المكتسبات	أَنْجِـز – أَنْقُلُ على كُرّاسي ثُمَّ أُجيبُ بنعَمْ أو لا : • اَلسُّمْنَةُ سَبَبُها الْإِفْراطُ في الْأَكْلِ • اَلْمَشْروباتُ الغازِيَّةُ لا تُسَبِّبُ خَطَراً على الصِّحَة • اَلْإِسْرافُ في شِراءِ الْأَغْذِيَةِ يُؤَثِّرُ على ميزانِيَّةِ الْعائِلَة • فَقْرُ الدَّمِ سَبَبُهُ نَقْصٌ في التَّغْذِيَة.	يوظف